

”Å leve med hjertesykdom”

Hvilke pasienter møter vi og hva slags
utfordringer har de?

Praktisk gjennomføring av temaet.

- Samtalegrupper – helst ikke mer enn 8-10 i hver gruppe.
- Meningen med slike samtalegrupper er at deltagerne kan dele erfaringer om det å være hjertesyk
- Bør være 2 fagpersoner fra teamet tilstede.
- Sitte avslappet uten pulter – evt i en ring.
- Presisere at alle har taushetsplikt ovenfor hverandre.
- Presisere at det ikke er tvang å si noe i gruppa.

AKTUELLE TEMAER TIL SAMTALEN

- Psykiske reaksjoner:
- Krise/sorg
- Følelser: glede, sinne, frustrasjon, redsel, motløshet
- Benekting
- Likegyldighet
- "Overentusiamse"
- Angst/depresjon

- **Endret rolle/identitet:**
- Selvoppfatning ved å bli syk
- Forhold til familie og venner
- Følger for den syke selv, muligheter og begrensninger
- **Positive følger av kronisk sykdom:**
- Livslyst
- Takknemlighet
- Nye perspektiver
- Positiv livsstilsendring
- **Sex og samliv:**
- Seksualproblemer

- **Praktiske spørsmål:**
- Bilkjøring/fører kort
- Løfting/bæring
- Varme/kulde
- Utenlandsreiser/flyturer
- Tilbakeføring til arbeidslivet

Et mangfold av mennesker - et mangfold
av hjerter...



... opplevelser og historier....

Mann, 43 år

- Aktuell sykdomshistorie:

Tidligere stort sett frisk, akutt hjerteinfarkt, fikk utført "rescue PCI" – vellykket stentbehandlet og ingen infarksequele. Begynner på rehabiliteringsopphold 4 uker senere.

- Sosialt:

Gift, har tre hjemmeboende barn. Bor i stort hus med hage i et landlig utkantstrøk av byen. Jobber som avd.leder i et IT-firma, mye reisevirksomhet i jobben.

- Medisinsk risikoprofil:

Familiær opphopning av hjerte- og karsykdom, overvekt, høyt BT, forhøyede kolesterol og triglyseridverdier. Høye blodsukkerverdier, utredes for diabetes.

Hvordan blir livet nå?

- Hva med jobb? Klarer jeg like my som før? Alt stresset?
- Hvordan vil folk på jobben behandle meg?
- Hva med kona? Vil jeg fungere som ektemann igjen?
Hva med sex?
- Hva med barna som har blitt så redde?
- Legge om livsstilen, spise sunt, spise mindre, trene mer, stress mindre – hvor begynner jeg?
- Får jeg tid til å trene? Hvor hardt kan jeg presse meg?
- Alle medisinene – må jeg ha dem for alltid? Gir de meg noen bivirkninger?
- Kan jeg få ett nytt hjerteinfarkt når som helst? Hva om jeg også får diagnosen diabetes?



Kvinne, 59 år

- Aktuell sykdomshistorie:

Tidligere hjerteinfarkt - post-infarktsvikt, angina, PCI-behandlet x flere, på bakgrunn av tiltagende brystmerter nylig angiografi som viste småkarssykdom utgjengelig for behandling. Søkes rehabilitering. Har KOLS.

- Sosialt:

Enslig, ingen barn. Bor i blokkleilighet, gammel pleietrengende far som bor i naboileilighet. Uføretrygdet.

- Medisinsk risikoprofil:

Storrøyker, overvekt (BMI 35) utbredt koronarsykdom og generell aterosklerose.

Hvordan blir min framtid?

- Tør jeg presse meg med alle brystsmertene? Hvor og hvordan kan jeg trene? Jeg har jo ikke bil. Og ingen å trene sammen med.
- Det er så tungt med alle disse trappene...også med alle handleposene... Blir så tung i pusten.
- Er det medisinene som gjør meg så slapp?
- Orker ikke tanken på å flytte! Og hva med far da?
- Jeg føler meg ensom -har så mange tanker og bekymringer.
- Når kommer neste hjerteinfarkt? Må jeg evt opereres?



Ung kvinne 22 år

- Aktuell sykehistorie:

Medfødt hjertesykdom. Transposisjon av de store kar. Operert 4 mnd. gammel.

- Sosialt:

Samboer- ingen barn. Jobber 100% stilling. Tatt fri/ferie fra jobb når hun har vært som mest sliten. Ikke sykefravær. Orker lite på fritiden det handler om å klare det hun "må" hver dag

- Medisinsk risikoprofil:

Nedsatt fysisk yteevne. Mye sliten. Lite eller intet overskudd til fysisk aktivitet. Røyker ikke. Normal vekt.

Hva med min framtid?

- Hvor lenge klarer jeg å være i full jobb?
- Har jeg noen sosiale rettigheter?
- Må jeg opereres flere ganger?
- Kan jeg få egne barn?
- Hva med trening? Vil jeg kunne få bedre kondisjon?
- Hvor gammel blir jeg?

